

MONTRÉAL

« Montréal est l'une des grandes villes bilingues du monde. L'influence des deux cultures, française et anglo-saxonne, s'y fait sentir dans tous les aspects de la vie et donne à Montréal un caractère unique. De plus, l'arrivée de milliers d'immigrants, depuis la fin du XIXe siècle, est venue enrichir la communauté montréalaise de nouvelles façons de vivre et de cultures qui rendent Montréal encore plus attachante.

Montréal est une ville de contrastes climatiques : souvent torride en été et froide en hiver, elle s'est dotée d'un réseau souterrain de 29 kilomètres. Ce réseau donne accès à plusieurs magasins et services tout en profitant d'une température confortable. Il est desservi par le métro qui relie les points névralgiques de la ville souterraine. » [1]

Pour en connaître davantage sur Montréal, consultez les sites Web :

www.ville.montreal.qc.ca
montreal.visitez-nous.net

MÉTÉO

L'hiver québécois est rigoureux et la température des autres saisons demeure soumise à beaucoup de variations. Par conséquent, il apparaît très utile non seulement d'écouter les bulletins de météo à la radio et à la télévision, mais de téléphoner au besoin au :

Service météorologique du Canada
www.meteo.gc.ca
Météomedia
www.meteomedia.com

De plus, consultez la section « Habillement » (voir p. 26) afin de connaître les mesures à adopter pour éviter que l'hiver ne jette un froid sur votre santé et votre qualité de vie.

Une alimentation adaptée et une bonne forme physique ont un impact positif sur votre résistance au froid. Restez néanmoins à l'affût des symptômes d'engelure (picotement, douleurs, etc.) et d'hypothermie (accès de frissons, idées embrouillées, etc.). Si vous ressentez ces symptômes, allez vite vous réchauffer dans un endroit chaud et sec.

[1] Tiré du Guide Touristique de Montréal 1993, p. 30

➔ TABLEAU DES TEMPÉRATURES SAISONNIÈRES À MONTRÉAL

Mois	Température moyenne
Janvier	- 10,2 °C
Février	- 9 °C
Mars	- 2,5 °C
Avril	+ 5,7 °C
Mai	+ 13 °C
Juin	+ 18 °C
Juillet	+ 20,9 °C
Août	+ 19,6 °C
Septembre	+ 14,8 °C
Octobre	+ 8,7 °C
Novembre	+ 2 °C
Décembre	- 6,9 °C

TRANSPORT

➔ TRANSPORT EN COMMUN

La Société de transport de Montréal (STM) exploite le système intégré de métro et d'autobus de la métropole ainsi que de la plupart des banlieues de l'île de Montréal.

« Carte de réseau » et « Guide métro »

Ces deux documents sont indispensables pour s'orienter sur l'île de Montréal. Ils sont disponibles aux comptoirs de vente de tickets du métro et dans la trousse d'information remise aux étudiants par le Bureau des étudiants internationaux.

Fonctionnement du transport en commun à Montréal

La plupart des circuits d'autobus sont en service de 5 h 30 à 0 h 30, tous les jours de la semaine. Quelques circuits fonctionnent 24 heures sur 24, leur panneau d'arrêt l'indiquant à l'aide d'un symbole en forme de croissant de lune. La station de métro desservie par l'autobus est également inscrite sur ces panneaux. Le réseau du métro compte 68 stations réparties sur quatre lignes qui sont chacune identifiées par un numéro et une couleur spécifiques :

Lignes	Directions
No 1 / Verte	Honoré-Beaugrand à Angrignon
No 2 / Orange	Côte-Vertu à Montmorency
No 4 / Jaune	Berri-UQAM à Longueuil
No 5 / Bleue	Saint-Michel à Snowdon

Quatre stations permettent le transfert d'une ligne à une autre : Berri-UQAM, Jean-Talon, Lionel-Groulx et Snowdon. Pour vous rendre d'une station de métro à une autre, consultez votre « Guide métro » pour déterminer la direction à emprunter.

Toujours en vous servant du guide, apprenez à reconnaître le nord, le sud, l'est et l'ouest dans tous vos déplacements en métro ou en autobus. Il est à noter que le boulevard Saint-Laurent, qui traverse la ville du sud au nord, représente la frontière entre les secteurs est et ouest de la ville.

L'horaire du métro est le suivant :

Ligne 1 – Verte
Semaine et dimanche de 5 h 30 à 0 h 30 et le samedi de 5 h 30 à 1 h
Ligne 2 – Orange
Semaine et dimanche de 5 h 30 à 0 h 30 et le samedi de 5 h 30 à 1 h
Ligne 4 – Jaune
Semaine et dimanche de 5 h 30 à 1 h et le se samedi de 5 h 30 à 1 h 30
Ligne 5 – Bleue
Semaine et fin de semaine de 5 h 30 à 0 h 15

Ceux qui n'apprécient guère l'attente à un arrêt d'autobus seront heureux d'apprendre qu'il est possible de connaître l'heure exacte de passage d'un autobus. Il suffit de composer le numéro de téléphone inscrit sur le panneau de l'arrêt pour obtenir l'horaire de passage des trois prochains autobus.

Si vous avez accès à Internet, l'outil « Tous azimuts » sur le site Web de la STM vous permettra de vous rendre à un endroit bien précis en vous proposant un ou plusieurs trajets en considérant vos points de départ et d'arrivée, de même que la journée et l'heure de votre déplacement.

www.stm.info/azimuts/index.htm

À la station de métro Berri-UQAM, vous trouverez un kiosque où sont distribués les horaires et les trajets de tous les circuits d'autobus. Vous pourrez ainsi prendre connaissance des heures de passage à certains arrêts.

Titres de transport

Le droit de passage peut être acquitté en achetant une carte OPUS rechargeable selon vos besoins. Par exemple, vous pouvez y charger un titre mensuel, un titre hebdomadaire ou encore, une série de passages unitaires de la STM et des passages unitaires pour accéder aux services d'autobus de Longueuil (RTL) ou de Laval (STL). Pour acheter des titres, présentez-vous à l'un des 500 points de vente ou utilisez l'une des 200 distributrices de titres et bornes de rechargement ou chargez-la auprès d'un employé dans le métro. Veuillez vous assurer d'avoir la montant exact si vous payez comptant lorsque vous prenez l'autobus, car la monnaie ne vous sera pas remise.

L'utilisation d'un titre mensuelle ou d'un hebdomadaire semble être plus avantageuse si vous devez souvent emprunter l'autobus ou le métro. En effet, ils permettent d'utiliser le transport en commun de façon illimitée au cours du même mois ou de la même semaine.

Il existe aussi une carte régionale qui vous permet d'emprunter autant les circuits de la STM que ceux de la STL et du RTL, si vous avez à vous déplacer entre Laval, Montréal et la Rive-Sud de Montréal. Pour vous la procurer, il suffit de vous adresser aux points de vente indiqués sur le site de la STM.

Pour connaître le coût des titres de transport, consultez le site Web :

www.stm.info/info/tarif.htm

Les étudiants âgés de 18 à 25 ans inscrits à temps plein peuvent bénéficier d'un tarif réduit mensuel. Vous devez alors vous procurer la carte Opus personnalisée avec photo. Cette carte ne donne accès qu'aux réseaux de Métro et d'autobus de la STM. Elle ne permet pas de voyager dans le réseau de trains de banlieue de l'AMT, ni sur les réseaux d'autobus de la STL, du RTL et des CIT. Des frais de13,75 $ sont imposés pour l'obtenir et elle est renouvelable chaque année.

Pour vous procurer la carte Opus personnalisée avec photo, vous devez compléter le formulaire de demande d'émission de carte Opus enregistrée avec photo et vous présenter au point d'émission de la Carte Opus :

Speq Photo
Dans le passage souterrain reliant le Centre Eaton (niveau tunnel) et la Place Ville-Marie (métro McGill)
Tél. : 514 876-0125

Prenez note qu'une émission massive de cartes Opus personnalisées a lieu sur le campus à la rentrée d'automne. Pour connaître les dates, veuillez communiquer avec la STM.

Tél. : 514 786-4636

Correspondance

Les titres de transport permettent de correspondre d'un autobus au métro, et vice-versa, sans frais additionnels. Le privilège de la correspondance est accordé à un usager qui emprunte plus d'un véhicule au cours d'un même voyage. Ainsi, si vous devez utiliser plus d'un véhicule de la STM (métro ou autobus) de façon à compléter un déplacement, vous n'avez qu'à approcher votre OPUS au-dessus du lecteur de la boîte de perception d'un autobus ou d'un tourniquet du métro pour valider votre droit de correspondance. Ce ticket de correspondance est valide pendant une durée de 120 minutes à partir de l'heure de votre passage initiale, et cela, dans une direction.

Tarif réduit

Le tarif réduit est accordé aux personnes âgées de moins de 18 ans, sur présentation de la carte d'accès au tarif réduit de la STM. Les enfants de moins de douze ans accompagnés d'un adulte voyagent gratuitement.

Sécurité

Sur les quais de chacune des stations de métro se trouve un téléphone rouge qui, une fois décroché, met immédiatement l'usager en contact avec le centre de contrôle du métro. Les niches d'urgence abritant ces téléphones sont identifiées par un pictogramme des appareils d'urgence représentant un appareil téléphonique blanc sur fond rouge avec les lettres S.O.S. Ces téléphones, mis à la disposition du public, visent à assurer la sécurité des usagers du transport en commun. On ne doit s'en servir qu'en cas de besoin réel, sous peine d'amende.

Les femmes qui voyagent après 21 h peuvent demander au chauffeur d'autobus de descendre entre deux arrêts prévus. S'il le juge sécuritaire, le chauffeur pourra accéder aux demandes.

Information à la clientèle

Renseignements sur les trajets .... Tél. : 514 786-4636 + option 7
Objets trouvés .... Tél. : 514 786-4636 + option 4 + option 2
Commentaires .... Tél. : 514 786-4636 + option 4 + option 1

Autres transports

> Taxis

Ce service est bien développé à Montréal. Vous pouvez héler un taxi dans la rue ou téléphoner à une compagnie de taxi pour demander un véhicule à une adresse précise. Cependant, il est important de savoir que le tarif, fixé par un compteur, est de 3,30 $ au départ et ensuite de 1,60 $ / km + 0,60 $ / min d'attente. Ce n'est donc pas le mode de transport le plus économique à Montréal.

Coop Taxi Montréal
Tél. : 514 725-9885
www.taxi-coop.com

Taxi Royal
Tél. : 514 274-3333

Taxi Diamond
Tél. : 514 273-6331
www.taxidiamond.com

> Covoiturage

Pour vous déplacer d'une ville à une autre autrement que par train ou par autobus, il existe à Montréal, et dans les grandes villes du Québec, un service de covoiturage. À coût avantageux, ce service vous jumelle avec un automobiliste qui se rend dans la même ville que vous.

Allo Stop
3694, rue Saint-Denis
Tél. : 514 985-3032

www.allo-stop.com
www.toutmontreal.com/covoiturage
www.covoituragemontreal.com
www.lepouceux.com

> Voitures

Permis de conduire

Vous pouvez conduire une automobile au Québec si vous détenez un permis de conduire valide, délivré dans votre pays. Dans ce cas, vous devez également avoir avec vous votre permis de séjour d'études et votre carte d'étudiant.

Un permis de conduire émis dans une langue autre que le français ou l'anglais doit être accompagné d'un permis de conduire international. Ce permis s'obtient dans votre pays.

Pour des renseignements additionnels, vous pouvez communiquer avec la :

Société de l'assurance automobile du Québec (SAAQ)
Centre de services
855, boul. Henri Bourassa Ouest, bureau 100
Tél. : 514 873-7620
www.saaq.gouv.qc.ca

> Location de voitures

Les compagnies de location offrent diverses formules. Ainsi, il existe la location à court ou à long terme de toutes marques et modèles ; la location de remorques ou de camions pour un déménagement ; la location d'équipement tel que support à ski, siège pour bébé, commandes manuelles pour handicapés.

Toutefois, bon nombre de compagnies exigent :

- l'âge égal ou supérieur à 21 ans
- un permis de conduire valide
- une carte de crédit

Communauto offre un service d'autopartage :

www.communauto.com

Consultez les pages jaunes de l'annuaire téléphonique sous la rubrique « Automobile-location » pour trouver les coordonnées des compagnies de location.

www.pagesjaunes.ca

> Stationnement

Pour éviter les contraventions, le stationnement d'un véhicule doit être conforme aux indications inscrites sur les nombreux panneaux de signalisation.

En ce qui concerne les espaces de stationnement gérés par des bornes informatisées sur rue Payez-Partez (parcomètres) la durée permise est proportionnelle au montant d'argent que l'usager dépose dans le compteur.

Dans la majorité des parcomètres de Montréal, le paiement s'effectue maintenant dans une borne située non loin de l'espace de stationnement. Dans ce cas, un reçu sur lequel apparaît l'heure d'expiration de la validité du stationnement sera imprimé.

> Autocars

Le service d'autocar est exploité par plusieurs compagnies qui assurent quotidiennement le transport de voyageurs tant à l'intérieur du Canada que vers les États-Unis. La Station centrale d'autobus est le point d'arrivée de la plupart des autobus en provenance du Québec, du Canada et des États-Unis.

Des tarifs spéciaux sont appliqués pour un voyage de dix jours ou moins à l'intérieur du Québec ou de l'Ontario.

Station centrale d'autobus
505, boul. de Maisonneuve Est (métro Berri-UQAM)
Tél. : 514 842-2281

> Avions

L'organisme Aéroports de Montréal gère deux terminaux, celui de l'Aéroport international Pierre-Elliott-Trudeau de Montréal, plus près du centre-ville, à Dorval, et celui de l'Aéroport international Montréal-Mirabel, à 50 km de Montréal.

Tél. : 514 394-7377 ou sans frais 1 800 465-1213
www.admtl.com

Veuillez noter que l'Aéroport international Pierre-Elliott-Trudeau de Montréal offre aux voyageurs des correspondances intégrées sur tous les types de vols réguliers tandis que l'Aéroport international Montréal-Mirabel offre seulement des services de cargo.

Depuis le mois de mars 2010, la STM à mis à la disposition des voyageurs l'autobus 747. Le tarif de cette ligne express est de 7 $, payable en monnaie exacte dans le bus. Les détenteurs de carte OPUS avec un titre valide sont acceptés sans frais supplémentaires.

L'Aérobus offre un service de navette entre l'Aéroport international Pierre-Elliott-Trudeau de Montréal et la Station centrale d'autobus de Montréal.

L'Aérobus
Tél. : 514 631-1856
www.autobus.qc.ca/francais/aeroportuaire_fr.html

De plus, un service gratuit de navette entre la Station centrale d'autobus de Montréal et les hôtels du centre-ville est offert.

> Trains

La compagnie Via Rail permet de rejoindre par train certaines villes à l'intérieur et à l'extérieur de la province. Les étudiants de tout âge qui détiennent une carte d'étudiant valide peuvent bénéficier d'une réduction sur le tarif régulier.

Via Rail
Gare Centrale (métro Bonaventure)
Tél. : 514 989-2626 / 1 888 VIA-RAIL
www.viarail.ca

Pour des destinations aux États-Unis
Tél. : 1 800 USA-RAIL
www.amtrak.com

COMMUNICATIONS

➔ TÉLÉPHONE

De par l'efficacité du réseau téléphonique et du coût relativement peu élevé des services, le téléphone tient une place prépondérante dans les moyens de communication au Québec.

Abonnement

Une fois que vous aurez pris possession de votre logement, vous pouvez vous abonner au téléphone en vous rendant dans une boutique Espace Bell ou en appelant Sprint Canada ou Vidéotron. En tant que nouvel abonné, vous pourriez devoir verser un acompte d'environ 200 $ qui vous sera remboursé avec les intérêts lorsque vous mettrez fin à votre abonnement. Le délai requis pour le branchement d'une nouvelle ligne téléphonique est de deux à sept jours.

Espace Bell (près de l'U de M)
Plaza Côte-des-Neiges
6700, ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 514 342-5444
www.bell.ca

Vidéotron
Tél.: 514 281-1711
www.videotron.com

Rogers
Tél. : 1 888 ROGERS1
(1 888 764-3771)
www.rogers.com

Distributel
Tél. : 1 877 258-6024
www.distributel.net

Télus Québec
Tél. : 514 310-1212
www.telusquebec.com

Koodo Mobile
Tél. : 1-866-995-6636
http://koodomobile.com

Public Mobile
Tél. : 1-877-440-8440
www.publicmobile.ca

Communications locales

Contrairement à bien des pays qui imposent un tarif unitaire ou par appel, au Canada, les abonnés du téléphone reçoivent des factures mensuelles à un taux fixe, quel que soit le nombre d'appels locaux effectués. Les numéros commençant par 1-800 et 1-888 n'ajoutent aucuns frais supplémentaires à votre facture.

L'émergence de nouveaux services et technologies de communication a contribué à la croissance vertigineuse de la demande de numéros de téléphone dans de nombreuses régions au Canada.

La composition à 10 chiffres pour les appels locaux est la solution pour permettre la création de millions de nouveaux numéros de téléphone dans ces régions.

Communications interurbaines et internationales

Les appels interurbains et internationaux sont par contre facturés à la minute. Ces appels sont parfois onéreux : un montant exorbitant est vite accumulé si l'on ne fait pas attention ! Si vous devez en effectuer, sachez que vous pouvez bénéficier de tarifs économiques si vous faites vos appels à certaines heures de la journée. Les appels en Europe et en Afrique ne bénéficient pas de réductions aussi importantes que celles accordées aux simples appels interurbains.

Vous pouvez choisir la compagnie qui répond le mieux à vos besoins en ce qui concerne les services d'appels interurbains et outre-mer. Celle avec laquelle vous ferez affaire pourra vous renseigner sur les plans d'économie pour ce type d'appels. Faites comme les Québécois ; magasinez ! C'est-à-dire, comparez les coûts et les services des diverses compagnies avant d'en choisir une. Il existe également des cartes téléphoniques prépayées qui offrent généralement des tarifs très compétitifs (Globo, Ola, CiCi, etc.). Ces cartes peuvent être achetées dans les dépanneurs, les pharmacies, etc.

Facturation

Il est préférable d'acquitter votre facture de téléphone dans les dix jours qui suivent la date de facturation. Autrement, votre service téléphonique pourrait être interrompu. Il est conseillé de prendre un arrangement préalable avec le service de la perception des comptes lorsque vous ne pouvez régler le montant de la facture dans les délais requis.

Assistance annuaire

Il est possible d'obtenir un numéro de téléphone qui n'apparaît pas dans l'annuaire en composant le 411, si l'indicatif régional du numéro recherché est identique à celui de la zone dans laquelle vous vous trouvez. Si l'indicatif régional est différent, il suffit de composer 1 + indicatif régional + 555 + 1212. Des frais de 0,75 $ vous sont facturés lorsque le renseignement demandé au téléphoniste figure à l'annuaire. L'assistance annuaire est gratuite lorsque vous appelez d'une cabine téléphonique.

www.pagesjaunes.ca
www.superpages.ca
www.canada411.ca
www.ziplocal.com

Annuaires téléphoniques

Deux annuaires sont remis aux nouveaux abonnés du service téléphonique : l'un contenant des pages de couleur blanche et l'autre contenant des pages de couleur jaune. Le premier renferme en plus des numéros de téléphone des abonnés, d'innombrables et utiles renseignements sur les services municipaux de Montréal et de ses banlieues, sur les services gouvernementaux, médicaux, d'urgence, de police, etc. L'annuaire jaune répertorie les coordonnées de tous les commerces et services de la grande région de Montréal (agences de voyage, restaurants, etc.).

Téléphones publics

Les téléphones publics offrent un service payant. Le coût d'un appel local est de 0,50 $, indépendamment de sa durée. Des appels interurbains et outre-mer peuvent également être effectués à partir d'une cabine téléphonique, si vous avez suffisamment de monnaie pour payer le montant demandé, si vous utilisez une carte d'appel prépayée ou si vous faites un appel à frais virés (P.C.V.).

www.bell.ca

Services téléphoniques adaptés

Il est possible d'obtenir un service d'équipement téléphonique spécial pour les personnes atteintes d'un trouble de l'ouïe, de la parole, de la vue ou de troubles moteurs. Communiquez avec votre compagnie de téléphone pour obtenir plus de renseignements sur ce type de service et d'équipement.

➔ POSTE

Société canadienne des postes

Renseignements généraux
Tél. : 1 866 607-6301
www.postescanada.ca

Pour l'affranchissement des lettres et pour toute autre opération postale, vous pouvez vous rendre au comptoir postal de votre quartier :

Comptoir postal Côte-des-Neiges
5858, ch. de la Côte-des-Neiges

On trouve des comptoirs postaux dans certains commerces de quartier (pharmacies, papeteries) :

Pharmaprix
5122, ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 1 800 267-1177
www.postescanada.ca/tools/pol/bin/search-f.asp
1 888 550-6333

Sur le campus, vous pouvez vous procurer des timbres dans les coopératives étudiantes, dans les librairies et dans les magasins scolaires. Pour poster vos lettres, vous trouverez des boîtes à lettres rouges sur certaines rues.

Affranchissement et code postal

Pour qu'une lettre parvienne sans difficulté à son destinataire, il est important de respecter deux conditions :

- L'enveloppe doit être suffisamment affranchie. Si vous doutez de son poids ou de sa dimension, faites-la peser au comptoir postal.
- L'adresse du destinataire doit indiquer le bon code postal. Un bottin des codes postaux est disponible pour consultation dans les bureaux de poste. On peut également rechercher un code postal sur le site Web de Postes Canada.

www.postescanada.ca

Services de courrier rapide

La Société canadienne des postes offre deux services de courrier rapide :

Xpresspost
Garantit les envois postaux dans n'importe quelle ville au Canada en deux ou trois jours de moins que le service ordinaire.
Tél. : 1 800 260-7678

Messagerie prioritaire
Service encore plus rapide, et bien sûr plus cher, qui livre n'importe où dans le monde.
Tél. : 1 800 260-7678

➔ RADIO ET TÉLÉVISION

À Montréal, on compte une vingtaine de stations de radio MF et MA, tant anglophones que francophones. De ce nombre, il faut noter CISM (89,3 MF), la radio étudiante de l'Université de Montréal. Quant aux chaînes de télévision, elles sont au nombre de sept dont les réseaux français Radio-Canada, TVA, Vtélé, et Télé-Québec, ainsi que les réseaux anglais CTV, CBC et Global. Moyennant des frais supplémentaires, il est possible de capter plus d'une trentaine de chaînes canadiennes, américaines et européennes en s'abonnant au câble ou à la télévision par satellite. Pour l'installation, la réparation, le branchement et les tarifs, communiquez avec :

Vidéotron
Tél. : 514 281-1711
www.videotron.com

Bell
1 888 759-3474
www.bell.ca

> Achat
Pour se procurer un poste radio ou une télévision à un prix raisonnable, il est souhaitable d'attendre les soldes des grands magasins ou de se rendre dans certaines boutiques spécialisées dans la vente d'appareils d'occasion.

- **QUARTIER ROSEMONT**

Hamel Tv service
4395, rue Bélanger
Tél. : 514 729-5371

Fillion Electronique
5690, Sherbrooke Est
Tél.: 514 254-6041
www.fillion.qc.ca

Future Shop
Tél.: 1 800 663-2275
www.futureshop.ca

Best Buy
Tél.: 1 866 237-8289
www.bestbuy.ca

- **QUARTIER PLATEAU MONT-ROYAL**

Giguère Real Tv
828, rue Marie-Anne Est
Tél. : 514 523-2348

Maison du son MD inc.
1112, av. Mont Royal Est
Tél. : 514 523-1101

> Location
La location demeure un autre moyen pour se procurer des appareils de tout genre, moyennant des frais mensuels. Consultez l'annuaire Pages Jaunes pour trouver les compagnies de location.

➔ JOURNAUX ET MAGAZINES
Vous pouvez trouver des journaux et des magazines internationaux dans des magasins spécialisés comme :

La Maison de la presse internationale
5149, ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 514 735-2086

Il y a huit succursales à Montréal. Elles offrent un vaste choix de journaux et de magazines internationaux.

Les quotidiens montréalais *La Presse*, *Le Devoir*, *Le Journal de Montréal* et *The Gazette* sont en vente dans les dépanneurs, les épiceries, les pharmacies et dans les distributrices qui se trouvent sur le campus.

SOINS DE SANTÉ

Les coûts des services d'hospitalisation et de traitement étant très élevés, ils sont pratiquement inabordables pour ceux et celles qui ne souscrivent pas à un régime d'assurance maladie.

Pour cette raison, la loi québécoise en vigueur oblige tous les ressortissants étrangers qui étudient au Québec à adhérer à une assurance maladie et hospitalisation à leur arrivée. Pour respecter cette exigence, l'Université de Montréal assure automatiquement les étudiants internationaux inscrits à un programme d'études.

Si vous avez déjà une assurance médicale (voir p. 7), il est important de communiquer avec le Bureau des étudiants internationaux en début d'année scolaire.

Pour bénéficier des soins médicaux dans les hôpitaux, vous n'avez en principe rien à débourser sur présentation de votre carte d'adhésion. Toutefois, il peut arriver que le médecin traitant n'accepte pas d'envoyer la facture directement à votre compagnie d'assurances. Dans un tel cas, vous devrez payer pour les soins reçus. Vous serez remboursé une fois que vous aurez retourné à votre compagnie d'assurances le formulaire rempli et signé par le médecin.

➔ SOINS COMPLÉMENTAIRES

La Fédération des associations étudiantes du campus de l'Université de Montréal (FAECUM) a mis sur pied un régime de soins complémentaires pour tous les étudiants de l'U de M.

Toutefois, pour les étudiants étrangers qui sont inscrits à un programme régulier, le régime de soins complémentaires se résume aux soins dentaires. Pour plus d'information :

ASEQ
Tél. : 514 844-4423
www.aseq.com

➔ HÔPITAUX ET CLINIQUES

Le quartier Côte-des-Neiges compte un nombre important d'hôpitaux et de cliniques médicales dont les principaux sont :

Clinique médicale du 2101 (U de M)
2101, boul. Édouard-Montpetit
Tél. : 514 343-6452

Centre local des services communautaires (CLSC)
5700, ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 514 731-8531

Hôpital Sainte-Justine
Soins et services pour enfants
3175, ch. de la Côte-Sainte-Catherine
Tél. : 514 345-4931

Hôpital Général Juif
3755, ch. de la Côte-Sainte-Catherine
Tél. : 514 340-8222

Centre Hospitalier Saint Mary's
3830, rue Lacombe
Tél. : 514 345-3511

➔ PLANIFICATION ET CONTRÔLE DES NAISSANCES

Le choix de moyens contraceptifs ainsi que les précautions à prendre pour éviter les maladies transmises sexuellement sont très importants.

Contraception

La contraception figure au nombre des préoccupations premières du Centre de santé et de consultation psychologique (CSCP) de l'U de M. Pour le choix de moyens contraceptifs appropriés, il s'agit de prendre rendez-vous à la clinique médicale du CSCP pour obtenir une consultation avec un médecin. Des brochures d'information pouvant éclairer votre choix sont aussi disponibles au CSCP.

Suivi et interruption volontaire de grossesse

Le suivi de la grossesse doit être assuré par un médecin ou par une sage-femme. Ainsi, seuls ces deux professionnels de la santé peuvent s'assurer du bon déroulement de la grossesse et indiquer les cours prénataux requis et les vaccins appropriés à recevoir. Quant à l'interruption volontaire d'une grossesse, seul un médecin peut la pratiquer légalement. Les services les mieux indiqués sont le CSCP et le CLSC de votre quartier.

➔ INFECTIONS TRANSMISES SEXUELLEMENT (ITS)

Les ITS présentent des dangers réels qui affectent surtout les jeunes adultes ; une grande attention doit être ainsi accordée à la prévention. Pour des renseignements précis sur ces infections, il est conseillé de consulter :

- le Centre de santé et de consultation psychologique (CSCP) ;
- son médecin traitant ;
- le Centre local des services communautaires (CLSC) de votre quartier.

➔ PHARMACIES

Au Québec, les pharmacies offrent, en plus des médicaments, une gamme de produits cosmétiques, de journaux, d'aliments, d'articles de loisirs, etc.

Pharmacie Serge Beaudin
7, rue Vincent-d'Indy (angle ch. de la Côte-Sainte-Catherine)
Tél. : 514 738-4791
Ouvert de 9 h à 21 h

Pharmacie Jean Coutu
6200, ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 514 738-2555

Comptoir postal
Ouvert de 8 h à 22 h, sauf le samedi et dimanche de 9 h à 22 h

Pharmacie Jean Coutu
5510, ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 514 344-8338
Ouvert de 8 h à 22 h, sauf le samedi et dimanche de 9 h à 22 h

À ces pharmacies s'ajoute le service de garde dit « SERVICE 24 HEURES » :

Pharmaprix
5122, ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 514 738-8464
Comptoir postal

Produits hygiéniques et produits cosmétiques

En général, ces produits sont disponibles dans les pharmacies ou dans les supermarchés ainsi que dans les magasins spécialisés. Il en existe plusieurs marques à différents prix. Une attention particulière devrait être accordée au mode d'emploi et aux mises en garde en ce qui concerne l'utilisation de ces produits.

ALIMENTATION

➔ HEURES D'OUVERTURE

De façon générale, la plupart des commerces sont ouverts sans interruption de 9 h 30 à 18 h le lundi, mardi et mercredi, et jusqu'à 21 h le jeudi et vendredi. Le samedi et dimanche, ils ferment à 17 h. Les horaires étant parfois variables, mieux vaut téléphoner avant de vous déplacer. Notez que depuis quelques années, plusieurs commerces optent pour des heures d'ouverture prolongées, peu importe le jour de la semaine. En décembre, à l'occasion du temps des Fêtes, les magasins sont ouverts jusqu'à 21 h en semaine et jusqu'à 17 h le samedi et le dimanche.

➔ TAXE SUR LES PRODUITS ET SERVICES (TPS) ET TAXE DE VENTE DU QUÉBEC (TVQ)

Vous devez ajouter au prix indiqué sur la plupart des produits que vous achetez ou des services que vous utilisez les taxes de vente provinciale et fédérale. La taxe de vente du Québec (TVQ) est de 7,5 % et s'applique sur les services et sur les biens. La TPS, la taxe fédérale sur les produits et services, est de 5 % et s'ajoute au prix de vente additionné de la TVQ.

Ces deux taxes ne s'appliquent pas sur certains produits et services de base, tels que les produits alimentaires, comme les fruits et les légumes, et les services de santé.

➔ BOISSONS ALCOOLISÉES

Les boissons alcoolisées font l'objet d'une réglementation en ce qui a trait à leur achat et à leur consommation dans les lieux publics. Il est conseillé d'en consommer uniquement dans les lieux autorisés pour éviter de s'attirer des ennuis. La vente de produit alcoolisé est interdite après 23 h.

Pour vous procurer ces boissons, vous pouvez vous rendre à une succursale de la Société des alcools du Québec (SAQ) ou encore au dépanneur ou à l'épicerie de votre quartier.

Tél.: 514 254-2020
www.saq.com

➔ MARCHÉS D'ALIMENTATION

Le marché se fait surtout dans les magasins d'alimentation ou les supermarchés dont les plus grands sont : IGA, Loblaws, Maxi, Métro, Provigo et Super C. La plupart d'entre eux distribuent des circulaires présentant les aubaines de la semaine. On gagne à les consulter.

Il existe aussi des magasins spécialisés dans la vente de produits exotiques, de produits naturels, de fruits et de légumes, de croissants et de gâteaux.

- **QUARTIER CÔTE-DES-NEIGES**

Exotic Grocery Reg'd
6495, av. Victoria
Tél. : 514 738-9775
Épices, fruits et légumes, viandes

Aliments Kim Phat Inc.
3588, rue Goyer
Tél. : 514 737-2383
Aliments exotiques

Charcuterie Euro Deli
4938, ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 514 341-9764

- **BOULEVARD SAINT-LAURENT ET RUE SAINT-DENIS**

Anatole
6822, boul. Saint-Laurent
Tél. : 514 276-0107
Herbes et épices

Frenco vrac
3985, boul. Saint-Laurent
Tél. : 514 285-1319

Marché d'alimentation naturelle TAU
4238, rue Saint-Denis
Tél. : 514 843-4420
Produits alimentaires naturels en vrac

Marché Thai-Hour
7130, rue Saint-Denis
Tél. : 514 271-4469
Produits alimentaires de Chine, du Cambodge et du Vietnam

La Vieille Europe – Charcuterie Jose Santos
3855, boul. Saint-Laurent
Tél. : 514 842-5773
Fromages, charcuteries, café

- **DIVERS QUARTIERS**

Club Organic
4341, rue Frontenac
Tél. : 514 523-0223

Grand Marché aux puces Langelier
7455, boul. Langelier
Ouvert seulement les jeudis et vendredis de 12 h à 21 h et les samedis et dimanches de 9 h à 17 h
Tél. : 514 252-0508
Produits de toutes sortes

Marché Bana-Kin
4300, boul. Henri-Bourassa Est
Tél. : 514 955-0003
Produits africains et antillais

Poissonnerie Waldman
76, rue Roy
Tél. : 514 285-8747
Poissons et fruits de mer

Supermarché Andes
436, rue Bélanger
Tél. : 514 277-4130
Produits latino-américains

➔ MARCHÉS PUBLICS

Ces marchés, tout comme les magasins d'alimentation, offrent des fruits, des légumes, des viandes, des poissons et des fromages.

Voici les principaux marchés publics de Montréal :

Marché Atwater
138, av. Atwater
Tél. : 514 937-7754

Marché Jean-Talon
7070, rue Henri Julien
Tél. : 514 937-7754

Marché de Lachine
1865, rue Notre-Dame
Tél.: 514 937-7754

Marché Maisonneuve
4545, rue Ontario Est
Tél. : 514 937-7754

Consultez le site Web des marchés publiques de Montréal pour connaître les heures d'ouverture.

www.marchespublics-mtl.com

➔ DÉPANNEURS

Petits magasins de quartier, les dépanneurs offrent des produits de première nécessité à des prix souvent plus élevés que dans les grandes surfaces. On y vend du tabac, des journaux, des produits hygiéniques, certains aliments et de l'alcool. En général, les dépanneurs ouvrent tous les jours de 8 h à 23 h pour dépanner les consommateurs qui n'ont pu faire leurs emplettes dans les grands magasins.

HABILLEMENT

Au Québec, le cycle des saisons exige que vous adaptiez plusieurs fois votre garde-robe à la température. Ainsi, une part substantielle de votre budget peut être consacrée aux dépenses vestimentaires. Afin d'épargner, comparer les prix d'un magasin à l'autre, attendre les soldes de fin de saison, consulter les journaux ou acheter dans des centres de liquidation sont autant de stratégies que vous devriez exploiter pour ne pas dépasser la part de votre budget allouée à l'achat de vêtements.

Comment s'habiller ?

Les hivers québécois très rigoureux vous obligent à vous habiller chaudement. Voici quelques mesures à adopter pour éviter que l'hiver ne jette un froid sur votre santé et votre qualité de vie :

Gardez vos pieds au chaud ; portez des bottes isolées, imperméables et à semelles antidérapantes. Protégez vos extrémités ; les pieds, les mains et la tête sont particulièrement sensibles au froid, alors couvrez-les adéquatement. Habillez-vous convenablement ; pour un maximum de protection, optez pour la superposition de plusieurs vêtements, soit :

- une couche intérieure permettant à la peau de respirer et la transpiration de s'échapper (ex. : polypropylène, soie) ;
- une couche intermédiaire isolante faite de laine, qui reste chaude même lorsqu'elle est mouillée, ou de tissu synthétique aux propriétés similaires ;
- une couche « coupe-vent » imperméable servant à garder le froid et l'humidité dehors et la chaleur à l'intérieur, tout en permettant une certaine ventilation.

➔ OÙ ACHETER SES VÊTEMENTS ?

Offrant sous le même toit un large éventail d'articles, les grands magasins ont des succursales dans divers centres commerciaux. En dehors des périodes de soldes, pendant lesquelles les rabais vont de 10 à 30 %, les clients doivent payer leurs articles au prix courant. Pour l'achat des vêtements, les prix étant en général affichés, il n'y a pas lieu de marchander dans la plupart des magasins.

Grands magasins

La Baie
Centre-ville de Montréal
585, rue Sainte-Catherine Ouest
(métro McGill)
Tél. : 514 281-4422
ou dans plusieurs autres centres commerciaux de la région métropolitaine

Les Ailes de la Mode
Centre-ville de Montréal
677, rue Sainte-Catherine Ouest
(métro McGill)
Tél. : 514 282-4537

Sears
Galeries d'Anjou
7451, boul. des Galeries d'Anjou
Tél. : 514 353-7770
ou dans plusieurs autres centres commerciaux de la région métropolitaine

Simons
977, rue Sainte-Catherine Ouest
(métro Peel)
Tél. : 514 282-1840

Le retour d'un article défectueux, mal étiqueté ou mal teint est possible en présentant votre facture, votre garantie ou l'emballage, s'il y a lieu, à l'intérieur d'un délai habituellement fixé à dix jours.

Le marchand a l'obligation d'en assurer soit la réparation, soit le remboursement, soit l'échange.

Magasins d'escomptes

Réputés pour la vente à rabais de 20 à 80 % du prix courant, les magasins d'escomptes vendent des produits de qualité variable. On peut y trouver des articles de première qualité ou des articles avec de légères imperfections. La plupart proviennent des excédents de stock ou des fins de série. Dans ce type de magasins, les articles de marques renommées coûtent moins cher et il n'est pas nécessaire d'attendre les rabais pour faire de bonnes affaires.

Plaza Saint-Hubert
Sur la rue Saint-Hubert, entre les rues Jean-Talon et De Bellechasse
Unique à Montréal grâce à sa marquise de verre surplombant les trottoirs, la Plaza Saint-Hubert abrite des magasins de vêtements de tous les prix.

Centre d'escompte Star
3653-B, boul. Saint-Laurent
Tél. : 514 288-6051
Vente d'articles pour toute la famille à des prix abordables.
Possibilité de marchander.

Z. Wolf
9064, boul. Saint-Laurent
Tél. : 514 389-4670
Vêtements pour toute la famille à des prix compétitifs.

J. Schreter inc.
4358, boul. Saint-Laurent
Tél. : 514 845-4231
Vêtements et chaussures pour hommes et garçons.

- **ENTREPÔT**

Marché central
Un mégacentre commercial regroupant plusieurs magasins et entrepôts.
www.marchecentral.com

Entrepôts près du métro Namur
On y trouve un magasin Wal-Mart et plusieurs magasins de liquidation comme Château entrepôt, Bedo entrepôt, Suzy Shier entrepôt.

Magasins de manufactures
Offrant des escomptes de 30 à 90 %, ces magasins sont situés pour la plupart sur la rue Chabanel. Les prix des différents articles augmentent avec les adresses des magasins, qui vont de 99 à 555. Prenez le temps de visiter cette rue au nord de la ville, à l'ouest du boulevard Saint-Laurent.

Vêtements usagés
À Montréal, vous pouvez trouver d'excellents vêtements usagés en très bon état et à des prix très abordables.

L'armée du salut
(magasin principal à Montréal)
1620, rue Notre-Dame Ouest
Tél. : 514 935-7425

Fripe-Prix-Renaissance
6960, rue Saint-Hubert
Tél. : 514 274-9666

Village des valeurs
4906, Rue Jean-Talon Ouest
(métro Namur)
514-739-1962

AUTRES BESOINS

➔ CENTRES COMMERCIAUX

Les centres commerciaux abritent un nombre important de magasins qui offrent une gamme d'articles et de produits très variés. Ainsi, il est possible de faire ses courses au même endroit, sans être exposé aux intempéries. Le quartier Côte-des-Neiges compte plusieurs centres commerciaux, dont deux à proximité de l'UdeM :

- **À PROXIMITÉ DE L'UdeM**
  Plaza Côte-des-Neiges
  6600, ch. de la Côte-des-Neiges
  Tél. : 514 735-4307
  Espace Bell, supermarché, quincaillerie, cordonnerie, teinturier, pharmacie, Société des alcools du Québec, salons de coiffure, boutiques de vêtements et de chaussures, magasins d'alimentation et d'articles ménagers, cinéma.
  Centre d'achats Wilderton
  2665, av. Van Horne
  Tél. : 514 681-4811
  Magasins d'alimentation, boutiques de vêtements, banque, Société des alcools du Québec, pharmacie et restaurants.

- **EN PÉRIPHÉRIE, MAIS FACILES D'ACCÈS :**
  Place Vertu
  3131, boul. Côte-Vertu
  Tél. : 514 331-5213
  Plus de 170 boutiques et magasins.
  Centre Rockland
  2305, ch. Rockland
  Tél. : 514 342-2872
  Plus de 170 boutiques et magasins.

- **MAGASINS À GRANDE SURFACE**
  Mosel
  4048, rue Jean-Talon Ouest
  Tél. : 514 735-1138
  Appareils électriques, chaînes stéréo, valises et bijoux à des prix intéressants.
  Canadian Tire
  6700, ch. de la Côte-des-Neiges
  Tél. : 514 737-2954
  Quincaillerie, outils, ameublement, articles ménagers, pièces d'auto, appareils audio et vidéo. Chaîne de magasins dont plusieurs succursales sont situées à Montréal.
  Zellers
  6700, ch. de la Côte-des-Neiges
  Tél. : 514 344-3011
  Ameublement, articles ménagers, appareils audio et vidéo, produits de beauté, vêtements. Chaîne de magasins dont plusieurs succursales sont situées à Montréal.

➔ CORDONNERIES

Pour faire réparer ou nettoyer vos bottes et chaussures, vos articles en cuir ou en suède, vous pouvez trouver plusieurs cordonneries sur le chemin de la Côte-des-Neiges.

Cordonnerie Côte-des-Neiges
5165, ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 514 737-9258

➔ LAVERIES

Les prix pour le lavage et le séchage varient selon la laverie. Si vous n'avez pas accès à une buanderie dans votre immeuble, voici les adresses de quelques laveries :

Buanderie Mont-Royal
2240, av. Mont-Royal Est
Tél. : 514 598-9781

BL Nettoyeur enr.
6692, rue Saint-Denis
Tél. : 514 272-5945

Chez Bobette
850, rue Duluth Est
Tél. : 514 522-2612

Buanderie Net-Coût
2800, boul. Rosemont
Tél. : 514 729-9423

Les Nettoyeurs Daoust
3553, av. Lacombe (sous-sol)
Tél. : 514-738-4953

➔ COUTURE

De façon générale, les couturiers offrent leurs services dans les mêmes locaux que les nettoyeurs. L'altération et la réparation de pantalons, de chemises, de robes, de draperies, de couvre-lits, etc. sont disponibles.

Centre de couture Van Horne
1367, av. Van Horne
Tél. : 514 279-5698

Style Elegante
5189, ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 514 343-4646

Centre de couture Snowdon inc.
5137, boul. Décarie
Tél. : 514 486-0544
Tissus et accessoires de couture de toutes sortes.

➔ COIFFURE

Les salons de coiffure offrent pour la plupart des coupes de tout genre, tant pour les hommes que pour les femmes. Certains d'entre eux font la teinture, la manucure et le maquillage, et prévoient des escomptes pour les étudiants. Un nombre important de salons de coiffure se trouvent sur le chemin de la Côte-des-Neiges ; la Plaza Côte-des-Neiges en compte d'ailleurs deux. Enfin, les écoles de coiffure offrent des prix très avantageux.

Académie Rollande St-Germain inc.
5133, rue Jean-Talon Est
Tél. : 514 272-9745

St-Laurent Académie de coiffure (jour et nuit)
916-A, rue Sainte-Catherine Est
(métro Berri-UQAM)
Tél. : 514 284-2206

Académie Internationale de Coiffure Gandini
3460, rue Saint-Denis
(métro Sherbrooke)
Tél. : 514 849-9048

Coiffure Vincent D'Indy
60, av. Willowdale
Tél. : 514 342-7546

➔ PHOTOGRAPHIE

Pour les photos de passeport, l'encadrement, la restauration ou encore les portraits de mariage. Le développement des photos est disponible dans les pharmacies, telles que les Pharmaprix et les Jean Coutu.

Maison de l'image inc.
5138, rue Hutchison
(angle Laurier)
Tél. : 514 276-6107

Montréal Photo
7920, rue Saint-Denis
Tél. : 514 388-2577

Pagaki's photo studio
5271, av. du Parc
Tél. : 514 277-2778

Tony's Photo Studio
460, rue Sainte-Catherine Ouest
Tél. : 514 395-6050

Lozeau LL Ltée
6229, rue Saint-Hubert
Tél. : 514 274-6577

➔ PRODUITS DE BEAUTÉ SPÉCIALISÉS POUR PEAUX NOIRES

Il existe à Montréal des magasins spécialistes dans la vente de produits de beauté pour peaux noires.

Les produits de beauté Afro Line Enr.
660 ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 514 342-2584

RELIGION

Le caractère cosmopolite de Montréal en fait une ville où l'on peut trouver des synagogues, des mosquées, des églises, des temples. À titre indicatif, voici quelques adresses :

Oratoire Saint-Joseph du Mont-Royal
3800, ch. Queen-Mary
Tél. : 514 733-8211
www.saint-joseph.org

Centre Islamique Libanais
40, rue de Port-Royal
Tél. : 514 381-6827

Fondation Islamique Charitable Alkhoee
7085, ch. de la Côte-des-Neiges
Tél. : 514 341-2235

Temple Bouddhiste Tibétain
1870, av. de l'Église
Tél. : 514 765-3515

Centre Bouddhiste Kankala
835, av. Laurier Est
Tél. : 514 521-2529
www.kankala.org

Centre Benoît-Lacroix
2715, ch. de la Côte-Sainte-Catherine
Tél. : 514 341-4817
www.cebl.org

➔ SPORTS D'HIVER

Patin sur glace

Très populaire au Québec, le patin sur glace est l'un des sports d'hiver les plus accessibles. Vous pouvez louer des patins dans certaines boutiques, vous armer d'un peu d'audace et vite apprivoiser ce sport pour en profiter intensément.

À titre indicatif, voici quelques endroits où se trouvent des patinoires et des boutiques de location :

Mont-Royal
(Lac des Castors)
Tél. : 514 843-8240
www.lemontroyal.qc.ca/fr/activites-et-services/calendrier-des-activites.sn

Parc Jean-Drapeau
(métro Jean-Drapeau)
Tél. : 514 872-6120
www.parcjeandrapeau.com

Le 1000 de la Gauchetière
(patin été comme hiver)
1000, rue de la Gauchetière
(métro Bonaventure)
Tél. : 514 395-0555
www.le1000.com/fr/atrium_activites.asp

Ski

Le ski alpin et le ski de fond sont également deux sports d'hiver qui jouissent d'une très grande popularité. Il est aussi possible de louer l'équipement nécessaire dans les différentes stations de ski. À Montréal, la Société de l'Île Notre-Dame offre un service de location d'équipement de ski de fond.

www.maneige.com

Hockey

L'un des sports professionnels les plus prisés, le hockey sur glace, est le sport national des Québécois. L'équipe professionnelle du Québec est le Canadien de Montréal dont les matchs sont impatiemment attendus et passionnément disputés. Les compétitions ont lieu au sein de la Ligue Nationale de Hockey qui regroupe aussi bien des équipes canadiennes qu'américaines.

Les matchs de hockey se déroulent au Centre Bell de Montréal.

Centre Bell
Tél. : 514 932-2582
www.canadiens.com

Glissade

L'hiver, lorsque tombe une quantité suffisante de neige, on peut utiliser un toboggan pour se laisser glisser sur les pentes du Mont-Royal. Voilà un moyen économique et original d'expérimenter une agréable activité hivernale, en famille ou entre amis.

www.lemontroyal.qc.ca/fr/activites-et-services/calendrier-des-activites.sn

➔ SPORTS D'ÉTÉ

Cyclisme

L'un des sports estivaux les plus populaires, le cyclisme a beaucoup d'adeptes au Québec. À Montréal, il existe un réseau de pistes cyclables qui offrent la possibilité aux mordus de ce sport de s'y adonner à cœur joie.

La Maison cycliste s'occupe de voyages en vélo et gère l'édition de la presse cycliste. Elle met en œuvre la Féria du vélo, activités cyclistes qui ont lieu dans les rues de Montréal.

Vélo Québec
Tél. : 514 521-8356
www.velo.qc.ca

Les services BIXI (vélo à libre-service) sont aussi une bonne option pour se déplacer sur l'île de Montréal. Des bornes de vélos à louer sont disponibles dans les différents quartiers. Pour connaître où sont situées les bornes de locations et les conditions d'utilisation, consultez le site Web de BIXI.

www.bixi.com

Pour ceux qui possèdent déjà leurs bicyclettes, l'École Polytechnique de Montréal propose un atelier communautaire de réparation de vélos : Biciklo.

www.biciklo.ca

Soccer (football)

L'Impact est l'équipe de soccer professionnel de Montréal, qui fait partie de la ligue de soccer professionnel américaine. Pour plus de renseignements :

Tél. : 514 328-3668
www.impactmontreal.com

D'autre part, il existe à Montréal un réseau d'équipes amateurs :

Association régionale de soccer du Lac Saint-Louis
Tél. : 514 631-5603
www.arslacstlouis.com

Fédération de soccer du Québec
Tél. : 450 975-3355
www.federation-soccer.qc.ca

Club Montréal Sport & Social
Tél. : 514 227-CMSS (2677)
www.clubmontreal.ca

Football américain

Le football américain est un autre sport professionnel en Amérique du Nord qui jouit d'une grande popularité. Du mois de juillet au mois d'octobre, les Alouettes de Montréal se mesurent aux autres équipes de la Ligue canadienne de football au Stade Molson de l'Université McGill.

Tél. : 514 871-2255
www.montrealalouettes.com

Le sport à l'U de M

En plus de ces sports, on peut pratiquer en été la voile, le golf, le basket et le tennis. Il est à noter que le CEPSUM dispose d'infrastructures appropriées pour la pratique de certains de ces sports.

Tél. : 514 343-6150
www.cepsum.umontreal.ca

Pour joindre les différentes équipes sportives de l'Université de Montréal, référez-vous au site Web des Carabins :

www.carabins.umontreal.ca

Événements sportifs internationaux
Il est possible pour ceux et celles qui désirent suivre en direct ou en différé les événements sportifs internationaux – Coupe du monde, coupe d'Europe, coupe d'Afrique de soccer, matches de boxe, de basket – de le faire en se rendant dans certains restaurants ou bars.

Champs bar et restaurant
3956, boul. Saint-Laurent
Tél. : 514 987-6444

Ziggy's Pub
1470, rue Crescent
Tél. : 514 285-8855

Taverne Normand
1550, av. Mt-Royal E.
Tél. : 514 525-8748

Pub Richard McCarold
3725, av. Lacombe
Tél. : 514 738-2971

Resto Bar la Maisonnée
5385, av. Gatineau
Tél. : 514 733-0412
www.restobarlamaisonnee.com

Tabasco Resto Billard Club
5414, rue Gatineau
www.tabascobar.com

LOISIRS

En plus de vos études, Montréal vous offre toute une gamme d'activités et de divertissements. Le *Guide touristique de Montréal*, qui vous a été remis à votre arrivée, vous donnera plus de détails à ce sujet. Vous pouvez aussi consulter le site :

www.tourisme-montreal.org

Vous pouvez vous procurer la carte Accès Montréal et économiser beaucoup sur vos loisirs et vos sorties pendant un an. Au menu, des rabais et des privilèges dans plus de 100 endroits à Montréal.

Tél. : 514 872-1111
www.ville.montreal.qc.ca/cam

➔ RUES ATTRAYANTES

Boulevard Saint-Laurent
Le boulevard Saint-Laurent est l'une des artères commerciales les plus importantes et reflète les différentes communautés culturelles. Appelé familièrement « La Main » (rue principale), il divise le numérotage civique de l'île de Montréal d'est en ouest et demeure par conséquent un repère très sûr. Il est à noter qu'avec une prolifération de bars, de cafés, de restaurants et de boutiques de mode depuis les dernières années, ce boulevard est un lieu très couru.

Rue Sainte-Catherine
La rue Sainte-Catherine est l'une des principales rues commerciales de Montréal. C'est sur cette rue qu'on retrouve des magasins tels que La Baie et Ogilvy's, des boutiques de mode, plusieurs cinémas, des librairies, des restaurants, etc. Tout cela crée une atmosphère de fête qui fait vibrer cette rue jour et nuit.

Rue Saint-Denis
Haut lieu de concentration de bars, de cafés, de restaurants, de terrasses où se trouve un cinéma qui présente des films en version française, la rue Saint-Denis apparaît comme un cadre propice à la détente, à la balade et à la fête.

Rue Saint-Hubert (plaza Saint-Hubert)
Unique à Montréal avec ses trottoirs couverts d'arcades de verre, la Plaza Saint-Hubert est un lieu tout indiqué pour le magasinage.

Rue Crescent

Située en plein centre-ville, la rue Crescent abrite des boutiques de mode très recherchées, des galeries d'art, des magasins de tissus de valeur. Des boîtes de nuit et d'excellents restaurants s'y trouvent également.

Avenue du Mont-Royal

Au cœur du Plateau Mont-Royal, cette avenue regorge de boutiques, de restaurants, de bistros, de cafés et de services multiples. Le tronçon situé entre la rue Saint-Laurent et l'avenue de Lorimier est le centre d'activité d'un quartier très couru de Montréal.

➔ RESTAURANTS

Les restaurants sont variés et en nombre très important. Ils vont du simple casse-croûte au restaurant gastronomique. En ce qui concerne le type de cuisine, des mets qui conviennent à tous les goûts et à tous les portefeuilles sont disponibles. Différentes cuisines des quatre coins du monde, des spécialités canadiennes, italiennes, chinoises, africaines, méditerranéennes, françaises, etc. sont au menu.

Conformément à la loi, le menu et les prix sont affichés à l'entrée de l'établissement. Le menu du jour est généralement moins cher que le menu à la carte.

www.restomontreal.ca
www.restaurant.ca
www.qdg.ca

Le pourboire n'étant pas compris dans les prix affichés, il est donc convenable d'en verser aux personnes qui vous servent, notamment dans les restaurants. Il équivaut à 15 % de l'addition, avant les taxes. On verse également un pourboire aux porteurs, de même qu'aux chauffeurs de taxi, aux coiffeurs et aux serveurs dans les bars.

Prenez note que les dispositions de la Loi sur le tabac en vigueur au Québec interdissent l'usage du tabac dans les bars, les brasseries, les tavernes, les restaurants, les salles de bingo, les centres commerciaux et pratiquement tous les endroits publics au Québec.

Pour en savoir plus sur cette loi, consultez le site Web du gouvernement du Québec.

www.msss.gouv.qc.ca/loi-tabac

➔ ARTS ET SPECTACLES

Pour être au fait des différentes programmations, consultez tous les samedis le cahier « Arts et spectacles » du journal *La Presse*, ainsi que les journaux culturels *Voir* et *Mirror*. La rubrique « Quoi faire aujourd'hui » qui paraît également dans *La Presse* présente les activités gratuites ou à coût réduit qui se tiennent à Montréal.

Cinéma

Des films de tous les genres et de tous les horizons sont chaque jour projetés dans les nombreuses salles de cinéma montréalaises. Dans la plupart des cinémas, les prix sont réduits tous les jours avant 18 h. Les mardi et mercredi soirs, des tarifs réduits sont également offerts.

D'autre part, il existe des salles de cinéma de répertoire. Pour payer le tarif réduit, l'abonnement est habituellement nécessaire.

À l'U de M, il existe un Ciné-Campus. Présentés tous les mardis et mercredis dès 17 h au Centre d'essai, une salle de spectacle de 200 places, les longs métrages et documentaires, parmi les meilleurs de l'année, sont offerts à 4 $ pour les étudiants. Programmation disponible à partir de la mi-septembre.

Cinéma du Parc
3575, av. du Parc
(métro Place-des-Arts et autobus 80)
Tél. : 514 281-1900
www.cinemaduparc.com

Cinema Beaubien
2396, rue Beaubien Est
www.cinemabeaubien.com

Cinémathèque québécoise
335, boul. de Maisonneuve Est
(métro Berri-UQAM)
Tél. : 514 842-9763
www.cinematheque.qc.ca

Ciné-Campus U de M
Pavillon J.-A.-DeSève
2332, boul. Édouard-Montpetit
6e étage
Tél. : 514 343-6524
www.sac.umontreal.ca

Résumés de films et horaire de tous les cinémas
www.cinemamontreal.com

Festivals

Notons que Montréal accueille chaque année plusieurs festivals de films dont les plus connus sont :

Festival des films du Monde
1432, rue Bleury
Tél. : 514 848-3883
www.ffm-montreal.org

Festival international du nouveau cinéma et des nouveaux médias
3805, boul. Saint-Laurent
Tél. : 514 844-2172 (Info-Festival)
www.nouveaucinema.ca

Vues d'Afrique – Festival Panafricain international
67, rue Sainte-Catherine Ouest
Bureau 500
Tél. : 514 990-3201 (Info-Festival)
www.vuesdafrique.org

Et il n'y a pas que le cinéma...

La Fête des neiges
Parc Jean-Drapeau
Tél. : 514 872-6120
www.fetedesneiges.com

Montréal en Lumière
Tél. : 514 288-9955 ou
1 888 477-9955
www.montrealenlumiere.com

Festival TransAmérique
Tél. : 514 844-3822 ou
1866 984-3822 (Info-Festival)
www.fta.qc.ca

L'International de feux Loto-Québec
Plusieurs pays sont en compétition pour la présentation des plus beaux feux d'artifice. Ainsi, le ciel de Montréal offre un spectacle haut en couleur, qui mérite d'être vu et revu.
Tél. : 514 397-2000
www.laronde.com
www.internationaldesfeux
loto-quebec.com/fr

Les Francofolies de Montréal
Tél. : 514 876-8989
www.francofolies.com

Festival international de Jazz
Tél. : 514 871-1881
www.montrealjazzfest.com
Plusieurs artistes, dont les plus grands noms du jazz, se produisent dans diverses salles et sur des scènes extérieures, en plein centre-ville. Les spectacles en plein air sont gratuits contrairement à ceux présentés dans les salles.

Festival Juste pour rire
Info-rire Bell
Tél. : 514 845-2322
www.hahaha.com
Spectacles d'humoristes en salles et dans les rues du Quartier Latin.

Cette liste des festivals n'est qu'indicative. Pour de plus amples renseignements, prendre contact avec les organismes suivants :

Ministère du Tourisme
Gouvernement du Québec
Tél. : 514 873-2015 et
1 877-BONJOUR
www.bonjourquebec.com/
qc-fr/accueil.html

Office des congrès et du tourisme du grand Montréal
Tél. : 514 844-5400
www.tourisme-montreal.org

➔ PLANIFICATION DES VACANCES

Les vacances sont des moments agréables qui méritent d'être soigneusement planifiés afin d'en tirer le maximum de plaisir. Des organismes œuvrent dans plusieurs domaines, dont les activités de plein air, les séjours à la ferme, la planche à voile, les croisières, et ce, afin de répondre aux attentes des vacanciers. Pour rejoindre l'un de ces organismes, il suffit de communiquer avec le :

Regroupement Loisir Québec
4545, av. Pierre-de-Coubertin
Tél. : 514 252-3126
www.loisirquebec.qc.ca

Le Québec est divisé en 19 régions touristiques. Pour vous aider dans le choix d'un lieu où passer vos vacances, vous pouvez vous rendre au Bureau info-touriste du ministère du Tourisme du Québec, où on vous remet gratuitement des guides touristiques sur les régions qui vous intéressent.

Tourisme Québec
1255, rue Peel (métro Peel)
Tél. : 514 873-2015
www.bonjourquebec.com

➔ VOYAGES ÉTUDIANTS

Les auberges de jeunesse offrent au public en général et aux jeunes, en particulier, des services d'hébergement bon marché. Pour vous informer :

www.bonjourquebec.com/qc-fr/repertoire-hebergement/auberge-de-jeunesse/quebec

Les étudiants à temps plein, munis de la carte internationale d'étudiant (ISIC) peuvent bénéficier d'une gamme innombrable de services lorsqu'ils voyagent à l'étranger. Pour vous la procurer, au coût de 16 $, apportez une photo (format passeport) et votre carte d'étudiant.

Voyage Campus (Travel Cuts) (près de l'Université de Montréal)
5150, rue Decelles (métro Côte-des-Neiges)
Tél. : 514 735-8794
www.voyagescampus.com

Autres succursales de Voyage Campus (Travel CUTS)
3480, rue McTavish (métro Peel)
Tél. : 514 398-0647

1455, boul. de Maisonneuve Ouest, local H-222 (métro Guy)
Tél. : 514 288-1130

1613, rue Saint-Denis (métro Berri-UQAM)
Tél. : 514 843-8511

➔ AGENCES DE VOYAGE

Les agences de voyage offrent pour la plupart des services de réservation de vol et d'hôtel, d'organisation de voyages et d'excursions à travers le monde. Mais il est important, pour obtenir un tarif réduit, de faire affaire avec une bonne agence qui sait répondre aux exigences des clients et qui propose des prix abordables. Pour cela, parlez-en à vos amis et comparez les services et les prix offerts.

www.toutmontreal.com/teth/agences.html
www.pagesjaunes.ca/business/qc/montreal/Agences+De+Voyages/001356100.html

INFORMATION UTILE

FINANCES PERSONNELLES

➔ UNITÉ MONÉTAIRE

L'unité de base des devises canadiennes est le dollar (100 cents = 1 dollar). Chaque pièce de monnaie est identifiée par sa valeur en cents (1 cent, 5 cents, 10 cents, 25 cents, 1 dollar et 2 dollars). Les billets se différencient par leur couleur distincte, en fonction de leur valeur. Celle-ci est indiquée sur chaque billet, en chiffres et en lettres. Les billets les plus courants sont ceux de 5 $ (bleu), de 10 $ (mauve) et de 20 $ (vert).

Des billets de 50 $ (rouge) et de 100 $ (brun) sont également disponibles, mais souvent refusés dans les commerces.

Conversion de la monnaie – taux du jour :

www.banqueducanada.ca/fr/taux/convertisseur.html

➔ BUREAUX DE CHANGE

Pour les opérations de change, il est préférable de s'adresser à un bureau de change ou au siège social d'une banque. Les bureaux de change sont ouverts, généralement, de 9 h à 17 h du lundi au vendredi et le samedi, de 8 h à 15 h.

CAL-FOREX
1230, rue Peel
Tél. : 514 392-9100
www.calforex.com

➔ ÉTABLISSEMENTS FINANCIERS

En général, les établissements financiers ouvrent sans interruption de 10 h à 15 h du lundi au mercredi ; de 10 h à 18 h le jeudi et le vendredi. Mais il est préférable de vérifier auprès de sa succursale en cas de doute. Moyennant un coût de location, les établissements financiers mettent à la disposition de leurs clients un coffre-fort pour garder leurs documents personnels ou leurs biens précieux.

Banque Nationale
www.bnc.ca
RBC Banque Royale
www.rbcbanqueroyale.com

Banque de Montréal
www.bmo.com
CIBC
www.cibc.com

Caisse Populaire Desjardins
www.desjardins.com
Banque Laurentienne
www.banquelaurentienne.ca

Pour de plus amples renseignements au sujet des institutions financières et des produits financiers, vous pouvez consulter le site de l'Agence de la consommation en matière financière du Canada (ACFC).

www.acfc.gc.ca

Compte en banque

Il est important non seulement de comparer les services offerts par chacune des institutions financières, mais aussi de discuter avec une personne-ressource des ententes financières qui vous conviennent le mieux. Pour ouvrir un compte bancaire, il faut détenir un permis d'études ou de travail valide. Lorsqu'un compte est ouvert, les institutions financières acceptent les chèques et les attestations de fonds. Néanmoins, elles ne peuvent les encaisser immédiatement. Elles doivent faire approuver la transaction par la banque du client, dans son pays d'origine. Cette opération peut souvent prendre beaucoup de temps.

Chèques

Une fois son compte en banque ouvert, le client reçoit, selon le cas, des chèques personnalisés. Ces chèques sont utilisés pour plusieurs transactions, notamment l'acquittement du loyer, des frais de scolarité, etc. L'argent comptant est utile pour toutes les autres transactions quotidiennes. En effet, rares sont les commerçants qui acceptent les chèques. Lorsque cela est possible, trois pièces d'identité vous seront demandées, dont une carte de crédit.

Guichet automatique et carte client

Les banques offrent la carte client aux usagers qui en font la demande. Cette carte donne accès aux guichets automatiques qui sont généralement situés à l'entrée des banques et qui fonctionnent 24 h sur 24 h. Cette carte est souvent appelée carte de guichet ou carte débit. Les services de dépôt et de retrait sont disponibles au moyen de la carte client tout comme le service de paiement des factures d'Hydro-Québec, de Bell et de Gaz Métropolitain. Il est également possible d'effectuer des retraits à des guichets automatiques situés dans certains dépanneurs identifiés par le sigle de la banque qu'il dessert et par la mention « comptoir de retrait ». Ces comptoirs se retrouvent également sur le campus de l'U de M :

Pavillon J.-A.-DeSève
(Banque Nationale)
2332, boul. Édouard-Montpetit
Local B-3

Pavillon 3200, rue Jean-Brillant
(Banque Nationale)
Local B-1

Pavillon Marie-Victorin
(Banque Nationale)
90, av. Vincent-d'Indy
Rotonde B-2

École Polytechnique
(Mouvement Desjardins)
2500, ch. Polytechnique

HEC Montréal
(Mouvement Desjardins)
3000, ch. de la Côte Sainte-Catherine

Pavillon Roger-Gaudry
(Banque Nationale)
2900, boul. Édouard-Montpetit
Local U-1

Il est également possible d'effectuer des retraits dans des guichets automatiques qui ne sont pas de votre institution financière, mais des frais de service supplémentaires vous seront alors imposés.

Carte de crédit

Les cartes de crédit sont facilement accessibles et très pratiques. Elles remplacent parfaitement l'argent et permettent d'effectuer des achats à crédit. Cependant, au-delà des avantages, la prudence doit être de mise. En effet, un tel système peut s'avérer très coûteux en raison des taux d'intérêt élevés. Ainsi, le total des factures peut vite atteindre et même dépasser la capacité de remboursement du client, ce qui peut nuire à sa cote de solvabilité et rendre difficile toute transaction subséquente. De plus, vous devez savoir que des frais d'intérêt vous sont imposés lorsque vous utilisez votre carte de crédit pour obtenir une avance de fonds.

FORMALITÉS DE SÉJOUR

➔ AUTORISATIONS DE SÉJOUR AU CANADA

Vous séjournez légalement au Canada grâce au permis d'études que vous avez obtenu dans une ambassade canadienne avant votre arrivée. Ce permis comporte une date d'expiration qui correspond généralement à la durée du programme d'études que vous avez choisi (maximum trois ans). Ayez cette date d'expiration en mémoire, car si vous devez proroger la validité de votre permis de séjour d'études, il vous faut entreprendre les démarches de préférence trois mois avant son expiration.

Vous devrez alors, dans un premier temps, renouveler votre Certificat d'acceptation du Québec (CAQ) auprès du ministère de l'Immigration et des communautés culturelles (MICC) du du Québec.

Ministère de l'Immigration et des communautés culturelles (MICC)
285, rue Notre-Dame Ouest, bureau G-15
Montréal (Québec) H2Y 1T8
Tél. : 514 864-9191 ou 1 888 643-1435
www.immigration-quebec.gouv.qc.ca
Certificat d'acceptation du Québec (Coût : 100 $)

Ensuite, vous devrez envoyer par la poste votre demande de renouvellement de permis d'études, accompagnée des pièces justificatives, au Centre de traitement des dossiers d'Immigration Canada.

Immigration du Canada
Citoyenneté et Immigration – Permis d'études
Centre de traitement des demandes
6212, 55e avenue, local 101
Vegreville (Alberta) T9C 1X5
Tél. : 1 888 242-2100
www.cic.gc.ca
Permis d'études (Coût : 125 $)

Les directives pour le renouvellement des autorisations de séjour sont disponibles au Bureau des étudiants internationaux où le personnel est à votre disposition pour répondre à toute question concernant votre séjour au Canada.

TRAVAIL AU QUÉBEC

➔ TRAVAIL SUR LE CAMPUS

Pendant leur séjour au Canada, les étudiants étrangers sont autorisés à travailler sur le campus de l'Université, même si cet emploi n'est pas lié à leurs études. Le permis d'études valide délivré par les autorités canadiennes tient alors lieu de permis de travail.

Pour la recherche d'emploi sur le campus, vous devez rédiger un curriculum vitæ (CV). Utilisez les services et conseils du secteur Emploi du Centre de soutien aux études et de développement de carrière (CSEDC) pour connaître la meilleure façon de rédiger un CV adapté au marché du travail montréalais.

Centre de soutien aux études et de développement de carrière
Pavillon 2101, boul. Édouard-Montpetit
3e étage, local 330
514 343-6736
www.csedc.umontreal.ca/emploi

Une fois votre CV prêt, vous devez aller le porter dans les différents départements ou services ainsi qu'à la Direction des ressources humaines de l'U de M. Les postes disponibles étant limités, vous devez donc en faire une recherche active.

Programme études-travail

Le programme études-travail accorde à un employeur du campus universitaire une subvention pour un poste occupé par un étudiant étranger rendant ainsi votre candidature plus attrayante.

Pour connaître les critères d'admissibilité et obtenir plus d'information sur le programme consultez le site Web du BEI.

www.bei.umontreal.ca/bei/travail_etudes.htm

➔ TRAVAIL HORS CAMPUS

Les étudiants étrangers peuvent, sous certaines conditions, travailler à l'extérieur du campus universitaire. Les principaux critères d'admissibilité pour obtenir un permis de travail hors campus sont :

- Posséder un permis d'études valide.
- Avoir été un étudiant à temps plein pendant au moins six mois au cours des douze mois précédant la demande de permis de travail dans un programme admissible (les cours de langues, le baccalauréat 120 crédits et les programmes d'échanges sont exclus).
- Avoir obtenu des résultats scolaires satisfaisants.
- Payer les droits de traitement de 150 $ exigibles par Citoyenneté et Immigration Canada.

Afin de connaître la procédure à suivre pour l'obtention de ce type de permis, l'étudiant intéressé pourra assister à une des séances d'information données par le BEI.

Consultez le calendrier des ateliers d'information sur le site Web BEI.

www.bei.umontreal.ca/bei/calendrier.htm

Programme de stage

L'expérience de travail est une composante obligatoire de certains programmes d'études.
Les étudiants étrangers peuvent obtenir un permis de travail si le stage (rémunéré ou non) fait partie intégrante du programme d'études à l'Université de Montréal.

Pour obtenir plus des renseignements sur ce programme, consultez le site Web du BEI.

www.bei.umontreal.ca/bei/travail_stages.htm

➔ TRAVAIL POSTDIPLÔME

En ayant obtenu un diplôme canadien d'un établissement d'enseignement post-secondaire du pays, vous pouvez prolonger votre séjour au Canada en faisant la demande d'un permis de travail postdiplôme qui vous permettra d'occuper un emploi dans n'importe quelle région du pays sans égard au type d'emploi. La validité du permis peut aller jusqu'à trois ans tout dépendant de la durée de votre programme d'études. Vous devez en faire la demande dans les 90 jours qui suivent la confirmation de l'obtention du diplôme par votre établissement d'enseignement et votre permis d'études doit être toujours valide au moment où vous en faites la demande.

Pour obtenir plus des renseignements sur ce programme, consultez le site Web du BEI.

www.bei.umontreal.ca/bei/travail_postdiplome.htm

➔ TRAVAIL AU CANADA POUR LE CONJOINT D'UN ÉTUDIANT

Le conjoint marié d'une personne détentrice d'un permis d'études peut occuper un emploi sans restriction de lieu. Le formulaire de demande de permis de travail doit être accompagné d'une copie du permis d'études du conjoint, d'une copie de leur certificat de mariage et du reçu de 150 $ émis par une institution financière.

Important : Le conjoint ou la conjointe d'un étudiant ne peut débuter un travail qu'une fois le permis de travail en main.

➔ NUMÉRO D'ASSURANCE SOCIALE (NAS)

Ce numéro personnel à neuf chiffres, qui dans votre cas débute par un « 9 », vous identifie comme résident temporaire au Canada. Il n'est aucunement associé à une couverture santé ou médicale. Vous devez communiquer votre numéro personnel à votre employeur afin de recevoir votre salaire.

Pour obtenir votre numéro d'assurance social, vous devez en faire la demande auprès de Service Canada. Pour travailler sur le campus, vous devez présenter un permis d'études valide et une offre d'emploi ; pour travailler hors campus, vous devez présenter votre permis de travail hors campus, car Service Canada demandera une preuve comme quoi vous avez le droit de travailler au Canada.

Pour télécharger le formulaire et connaître le bureau local de Service Canada le plus près de votre domicile, consultez leur site Web.

www.servicecanada.gc.ca/fr/sc/nas/index.shtml

VISA D'ENTRÉE

Un visa d'entrée est une estampe ou un autocollant apposé dans votre passeport qui vous autorise à entrer dans un pays. Le visa d'entrée pour le Canada s'obtient uniquement à l'extérieur du Canada, à un consulat ou à une ambassade. Les citoyens de certains pays n'ont pas à rencontrer cette exigence pour entrer au Canada. Cependant le permis d'études est obligatoire pour tous ceux qui étudient dans un programme dont la durée est supérieure à six mois.

Lors de vos déplacements internationaux, prenez soin de vérifier si un visa d'entrée est exigé pour le ou les pays que vous visiterez. Pour votre retour sur le territoire canadien, assurez-vous que votre visa d'entrée soit toujours valide.

➔ EXCURSION AUX ÉTATS-UNIS

Si vous désirez faire une excursion de quelques jours aux États-Unis, prenez contact avec le consulat général des États-Unis à Montréal avant votre départ. Il est possible qu'un visa d'entrée vous soit exigé.

Si votre excursion s'est limitée aux États-Unis, vous n'aurez qu'à présenter, à votre retour au Canada, votre permis de séjour pour étudiant en cours de validité pour que les agents d'immigration vous autorisent à revenir en territoire canadien.

Un visa d'entrée, en sus du permis de séjour d'études, est exigé lorsque vous revenez d'une destination autre que les États-Unis.

Consulat Général des États-Unis
1155, rue Saint-Alexandre
Tél. : 514 398-9695
http://montreal.usconsulate.gov

De l'information sur l'obtention d'un visa d'entrée aux États-Unis est aussi disponible sur le site du BEI.

OBLIGATIONS FISCALES

Dans de nombreux pays, les employeurs ou les percepteurs de l'impôt du gouvernement déduisent les impôts à la source. À première vue, le régime canadien ne semble pas différent. Cependant, les gouvernements fédéral et provincial obligent les contribuables à verser des impôts supplémentaires sous forme de taxes, la TPS (la taxe sur les produits et services) et la TVQ (la taxe de vente du Québec) sur la consommation de certains produits et services.

Vous devez remplir une déclaration de revenus et la soumettre à Revenu Canada et à Revenu Québec si vous êtes dans l'une des situations suivantes :

- vous avez payé des frais de scolarité durant l'année ;
- vous devez payer de l'impôt pour l'année ;
- vous voulez demander un remboursement ou un crédit d'impôt remboursable auquel vous avez droit ;
- vous voulez demander le crédit pour la TPS ;
- vous ou votre conjoint désirez recevoir la prestation fiscale pour enfants.

L'année fiscale débute le 1er janvier et se termine le 31 décembre de la même année. La date limite pour produire votre déclaration de revenus est le 30 avril de l'année qui suit l'année fiscale pour laquelle vous devez faire une telle déclaration. Les cahiers nécessaires sont disponibles au Bureau des étudiants internationaux à partir du 1er février.

Afin de permettre aux étudiants étrangers de poser des questions sur leurs obligations fiscales, il existe un service téléphonique sans frais :

Bureau international des services fiscaux
Tél. : 1 800 267-5177
www.cra-arc.gc.ca

Des séances d'information sont habituellement offertes aux étudiants étrangers par Revenu Canada et Revenu Québec. Les renseignements apparaissent sur le site du BEI en temps et lieu.

www.bei.umontreal.ca/bei/impot.htm

➔ PRESTATION FISCALE POUR ENFANTS (ALLOCATIONS FAMILIALES)

Le programme de prestation fiscale pour enfant vise à aider les familles à revenu modeste à subvenir aux besoins de leurs enfants de moins de 18 ans. Le montant de la prestation est calculé à partir du revenu familial et, par conséquent, les deux conjoints doivent remplir une déclaration de revenus pour l'année civile antérieure. Si vous et votre conjoint êtes tous les deux visiteurs ou titulaires d'un permis d'études, l'un de vous deux doit résider au Canada depuis au moins 18 mois pour être admissible à ce programme.

Si vous y avez droit, Revenu Canada vous enverra un avis pour vous indiquer le montant de votre prestation mensuelle fédérale. La Régie des rentes du Québec vous enverra également un avis indiquant le montant de votre allocation familiale provinciale. Ces deux programmes non imposables sont rétroactifs à la naissance de l'enfant. Pour plus de renseignements ou pour obtenir un formulaire de demande de prestation fiscale pour enfant, adressez-vous à :

Agence du revenu du Canada
305, boul. René-Lévesque Ouest (métro Place-des-Arts)
Tél. : 1 800 387-1194
www.cra-arc.gc.ca/bnfts/cctb/menu-fra.html

ÉTAT CIVIL, ACTE DE NAISSANCE ET ACTE DE MARIAGE

Seul le bureau du Directeur de l'état civil peut délivrer un acte de naissance, de mariage ou de décès et l'inscrire dans le registre de l'État.

Le Directeur de l'état civil
Ministère de la justice
2050, rue de Bleury
Tél. : 514 864-3900
www.etatcivil.gouv.qc.ca

SCOLARISATION DES ENFANTS

Pour inscrire votre enfant à l'école, vous devez prendre contact avec l'une des commissions scolaires de Montréal. En voici deux :

Commission scolaire de Montréal (CSDM)
3737, rue Sherbrooke Est (métro Joliette)
Tél. : 514 596-6000
www.csdm.qc.ca

English Montreal School Board
6000, rue Fielding (métro Snowdon et autobus 51 ouest)
Tél. : 514 483-7200
www.emsb.qc.ca

Les heures d'ouverture sont du lundi au vendredi, de 8 h 30 à 16 h. Les documents exigés sont :

- un passeport ;
- un bulletin scolaire ;
- un certificat de naissance ;
- un permis de séjour des parents.

En fonction de l'adresse où vous habitez, vous serez dirigé vers une école de votre quartier où vous pourrez inscrire votre enfant.

Les démarches demeurent identiques pour inscrire votre enfant dans une école privée, à l'exception d'un test d'admission à passer pour la sélection des candidats.

Si votre enfant a de la difficulté à comprendre la langue d'usage de l'école ou à s'exprimer dans celle-ci, sachez qu'il existe des classes d'accueil facilitant l'intégration des enfants allophones à leur nouveau milieu. Pour plus de renseignements sur ce programme, communiquez avec la commission scolaire. Pour des études de niveaux primaire ou secondaire, l'enfant mineur est exempté de 'obligation de détenir un CAQ et un permis d'études si un de ses parents détient un permis d'études ou de travail valide, et que l'enfant accompagne déjà ses parents sur le territoire québécois.

Dans ce cas, le statut de visiteur pour l'enfant est suffisant. Si l'enfant n'est pas sur le territoire, veuillez communiquer avec le Bureau des étudiants internationaux.

Il convient de souligner que votre enfant devra obtenir un CAQ et un permis d'études.

Le permis de séjour de l'un des parents ainsi qu'une lettre de l'institution d'enseignement prête à recevoir l'enfant devront être présentés en vue d'obtenir les autorisations de séjour auprès des autorités d'immigration québécoise et canadienne.